



PANTHERA LADYS GYM

Wo Frauen hingehen

# GROUPFITNESS

Für Einsteiger und Fortgeschrittene bis 20. April 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
08.15-09.15 PILATES	08.15-09.10 FIVE GYM	08.05-09.00 RÜCKENFIT	08.15-09.10 POWERYOGA	08.15-09.10 PILATES	09.15-10.15 BODYPUMP	09.30-10.30 BODYCOMBAT
09.30-10.30 BODYPUMP	09.15-10.15 PILATES UND FASZIENGYM	09.05-09.55 DANCEFIT	09.15-10.15 BAUCH/ BEINE/PO	09.15-10.05 ZUMBA	10.20-10.50 CXWORX	
10.35-11.25 BELLICON MOVE für Einsteiger	10.15-10.45 FASZIALROLL	10.00-10.50 STRONG BY ZUMBA	09.30-10.00 FUNCTIONAL	10.10-11.00 BELLICON MOVE	10.55-11.25 GRIT	
13.30-14.00 FUNCTIONAL	17.25-18.15 DANCEFIT	17.50-18.45 BAUCH/ BEINE/PO	14.00-15.00 RÜCKENFIT	18.00-19.00 BODYPUMP	11.35-12.05 GRIT	
17.40-18.10 CXWORX	18.20-18.50 CXWORX	18.50-19.20 CXWORX	17.25-18.25 BODYCOMBAT	19.05-19.55 SWISSJUMP		
18.15-19.05 BAUCH/ BEINE/PO	18.55-19.55 BODYPUMP	19.30-20.30 CORE- UND FASZIENGYM	18.30-19.25 POWERYOGA	20.00-20.50 HIPRHYTHM		
19.10-20.00 BODEGA- MOVES	19.55-20.55 BODYCOMBAT		19.30-20.00 GRIT			
20.05-20.55 BELLICON BOUNCE			20.05-20.35 FUNCTIONAL			
			20.05-20.45 STEP & TONING			



GRATIS KINDERHORT



STANDORT  
Mühlebachstrasse 5  
6370 Stans



KONTAKT  
Telefon 041 610 70 00  
info@panthera-ladysgym.ch / panthera-ladysgym.ch



## SCHNUPPERTAGE BIS 17. MÄRZ 2019

Du besuchst uns eine Woche lang kostenlos.  
Gültig für Groupfitness, Sauna- und  
Dampfbad. Bring deine Freundin mit,  
wir freuen uns auf euch.

Panthera Ladys Gym Team



Krankenkassen zahlen  
bis Fr. 500.- an Fitness

